

# Nobody's Perfect

## ～完ぺきな親はいない～ プログラム



Nobody's Perfect プログラムは、子育て中の悩み、関心事について参加者がテーマを決めて話し合います。参加する親がそれぞれの“自分に合った子育て方法”を学ぶ、カナダ生まれの親支援プログラムです。

上手くいかないことを責めていたけれど「完ぺきじゃなくていい」と肩の荷が下りた。

安心して話せる仲間ができ、子育てが楽しくなりそう。

久しぶりに「大人」と話せた。話を聞いてもらえてスッキリした。

自分だけが悩んでいるんじゃないと分かってホッとした。

日程： 10月7日(火)～11月11日(火)までの毎週火曜 の全6回  
9:45～11:45 (10/7. 10/14. 10/21. 10/28. 11/4. 11/11)

場 所： 【 藁科生涯学習センター 】静岡市 葵区 羽鳥本町5番9号  
駐車場が少ない為、公共機関をお使いください。  
バス ●JR静岡駅北口・3番乗り場 藁科線「藁科学習センター」下車

対 象： 3ヶ月(※)～6歳までの未就学児を持つ親で6回の参加が可能な方  
※ただし、首の座ったお子さんに限ります  
ノーバディズ・パーフェクト プログラムへの参加が初めての方

人 数： 12 名 (応募多数の場合は抽選)

内 容： 子育て中の悩み・関心事を参加者がテーマを決めて話し合います。  
ファシリテーター2名と市の担当者が同席し、会の進行に伴走します。

参加費： 無料

託児費： 一律 3000円(初回にお支払い下さい)  
保育グループ「すわん」が別室にて担当します。

進 行： 宮本久代 ・ 赤堀民和子 NPJ認定ファシリテーター  
(NPJとは、日本における唯一のカナダ保健省公認の資格認定機関です。)

NPO法人place of peace <http://www.pop-s.org/>

申込用紙は裏面です。

NPO法人 place of peace NPファシリテーター静岡連絡会

団体名の由来は、心が平穏でいられる場所という意味。

子育て中の親が安心して過ごせる場所を見つけるお手伝いをしたいと願い活動している団体です。

後援：静岡市助産師会

## NP(ノーバディズ・パーフェクト)プログラムって何？

- ①週に1回2時間子育て中の親が集まります。  
だいたい12人くらいでメンバーはずっと同じ。
  - ②子育て中に感じていることや悩みや心配事を聞いたり話したりするプログラムです。
  - ③ファシリテーターと一緒に安心していられます。
  - ④プログラム中は別室で子供を預かってもらえます。
  - ⑤話し合うテーマは  
・子育て中に感じるイライラ・しつけのこと  
・「私の時間」の作り方  
・パートナーや親との関係  
・子育て中に感じるしあわせ ……など
- 内容は参加者の皆さんで決めていきます。



お申し込み専用QRコード

### 【参加申し込み方法】

右のQRコードからか、NPO法人プレイスオブピースHPの  
お申し込み専用フォームにご記入ください。



NPO法人 place of peace NPファシリテーター静岡連絡会  
ホームページアドレス <http://www.pop-s.org/>

検索

NPO pop

## NP(ノーバディズ・パーフェクト)プログラム申し込み内容

1. お名前(ふりがな)
2. ご住所(〒含む)
3. 連絡先電話番号
4. お子様のお名前(ふりがな)、生年月日、男女、託児の希望の有無
5. お母さまお父さまの悩み・関心事について  
毎日の生活で気になっていること・悩み・関心事はありますか？
6. お子様について  
何か気になっている、困っていることはありますか？
7. このプログラムを何で知りましたか？

\*しめきり 9月20日  
\*応募が多い場合は抽選となります。  
9月26日までに参加決定通知を郵送致します。

\*問い合わせ NPO法人 place of peace NPファシリテーター静岡連絡会  
電話 090-1861-7386(宮本)まで  
メール [pop2012genki@gmail.com](mailto:pop2012genki@gmail.com)

NPO法人place of peace <http://www.pop-s.org/>